FR

Déshydrateur alimentaire

Mode d'emploi

Rosenstein & Söhne®

NC-2321-675

Sommaire

Votre nouveau déshydrateur alimentaire 3
Contenu 3

Consignes préalables 4
Consignes de sécurité 4
Consignes importantes pour le traitement des déchets 6
Déclaration de conformité 6

Utilisation 6
Avant la première utilisation 7
Consignes générales relatives à l'utilisation 7
Principes de base 8
Quels aliments se prêtent au séchage ? 9
Préparation et traitement préalable des légumes 10
Préparation et traitement préalable des fruits 14
Préparation et traitement préalable de la viande et du poisson 18
Stockage des aliments 19
Emballage 19
Stockage 19
Conservabilité 19
Nettoyage et entretien 20
Caractéristiques techniques 20

Suggestions de recettes 21

Votre nouveau déshydrateur alimentaire

Chère cliente, cher client,

Nous vous remercions d'avoir choisi ce déshydrateur alimentaire qui vous permettra de sécher fruits, légumes, noix, herbes aromatiques, viande et poisson. Vous pouvez aussi l'utiliser pour sécher des fleurs afin de confectionner un pot-pourri, par exemple.

Le séchage est une des plus anciennes méthodes de conservation des aliments.

Les prunes et les raisins, par exemple, sont séchés depuis que l'homme a commencé à les cultiver. Les fruits, les légumes et la viande séchés sont des en-cas ou desserts très appréciés, mais peuvent également être utilisés pour agrémenter différents mets. Sécher les aliments est un moyen sain de les rendre conservables, car l'élimination de l'eau enraye la formation de bactéries.

Afin d'utiliser au mieux votre nouveau déshydrateur alimentaire, veuillez lire attentivement ce mode d'emploi et respecter les consignes et astuces suivantes.

Contenu

- Déshydrateur alimentaire
- Mode d'emploi

Consignes préalables

Consignes de sécurité

- Ce mode d'emploi vous permet de vous familiariser avec le fonctionnement du produit. Conservez-le précieusement afin de pouvoir le consulter en cas de besoin.
- Pour connaître les conditions de garantie, veuillez contacter votre revendeur. Veuillez également tenir compte des conditions générales de vente !
- Veillez à utiliser le produit uniquement comme indiqué dans la notice. Une mauvaise utilisation peut endommager le produit ou son environnement.
- Assurez-vous du bon état de l'appareil avant chaque utilisation. Lorsque l'appareil, le câble ou la fiche sont visiblement endommagés, l'appareil ne doit pas être utilisé. N'utilisez pas l'appareil s'il présente un défaut de fonctionnement ou s'il est tombé.
- Le démontage ou la modification du produit affecte sa sécurité. Attention, risque de blessure !
- N'ouvrez jamais le produit vous-même. Ne tentez jamais de réparer vous-même le produit !
- Manipulez le produit avec précaution. Un coup, un choc, ou une chute, même de faible hauteur, peut l'endommager.
- N'exposez pas le produit à l'humidité ni à une chaleur extrême.
- Ne plongez jamais le produit dans l'eau ni dans aucun autre liquide.
- Assurez-vous que la tension du secteur correspond à celle du déshydrateur alimentaire.
- Veillez à ce que l'appareil soit éteint (interrupteur sur la position "OFF") avant de le brancher.
- Ne branchez l'appareil qu'à une prise de courant sécurisée installée conformément aux directives en vigueur. La prise de courant doit rester facilement accessible même après le branchement.
- Ne branchez pas l'appareil au secteur si vous avez les mains mouillées et n'appuyez pas sur les touches de commandes avec les mains mouillées.
- N'utilisez pas l'appareil avec une minuterie externe.
- Placez le câble d'alimentation de sorte que personne ne risque de trébucher dessus. Pour éviter que quelqu'un trébuche sur le câble et fasse tomber l'appareil, ne laisser pas le câble pendre de la surface sur laquelle l'appareil est posé. Ne tirez jamais sur le câble d'alimentation pour déplacer l'appareil.
- Disposez le câble d'alimentation de sorte à ce qu'il ne soit ni écrasé ni plié et n'entre pas en contact avec de l'huile ou des surfaces chaudes.
- L'appareil est destiné uniquement à un usage domestique.
- Veuillez utiliser l'appareil uniquement comme indiqué dans le mode d'emploi.
- Placez toujours l'appareil sur une surface sèche, plane, stable et résistante à la chaleur et veillez à ce qu'il y ait un espace libre de chaque côté et au-dessus de l'appareil.
- Assurez-vous que les ouvertures d'aération de l'appareil ne sont pas obstruées.
- Pour éviter d'endommager l'appareil, placez-le à une distance suffisante d'autres sources de chaleur comme les plaques de cuisson ou le four.

- L'appareil ne doit jamais être placé et utilisé à proximité de matériaux facilement inflammables (rideaux, textiles, etc.).
- Pour éviter tout risque d'incendie, ne couvrez pas l'appareil lorsqu'il est en marche.
- Ne posez pas de matériaux inflammables (carton, plastique, papier, etc.) sur ou dans l'appareil.
- N'utilisez jamais l'appareil sur un plan de cuisson ou à proximité d'une source de gaz.
- L'appareil ne doit pas être déplacé lorsqu'il est en marche.
- N'utilisez que les accessoires fournis.
- N'utilisez pas l'appareil avec un câble de rallonge.
- N'ouvrez pas les tiroirs pendant que l'appareil est en marche.
- Ne laissez jamais l'appareil sans surveillance lorsqu'il est en marche !
- Le déshydrateur alimentaire peut être utilisé sans problème jusqu'à 40 heures d'affilée. Après utilisation, éteignez l'appareil, débranchez-le du secteur et laissez-le refroidir complètement.
- Débranchez l'appareil du secteur lorsque vous ne l'utilisez pas et avant de le nettoyer.
- Nettoyez l'appareil et les accessoires après chaque utilisation selon les indications figurant sous **Nettoyage et entretien**.
- Cet appareil n'est pas conçu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier, par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de l'appareil.
- Si le câble d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son service après-vente ou des personnes de qualification similaire afin d'éviter tout danger. N‘utilisez pas l‘appareil tant que la réparation n‘a pas été effectuée.
- Surveillez les enfants pour vous assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- Aucune garantie ne pourra être appliquée en cas de mauvaise utilisation.
- Le fabricant décline toute responsabilité en cas de dégâts matériels ou dommages (physiques ou moraux) dus à une mauvaise utilisation et/ou au non-respect des consignes de sécurité.
- Sous réserve de modifications et d’erreur !

Consignes importantes pour le traitement des déchets

Cet appareil électronique ne doit PAS être jeté dans la poubelle de déchets ménagers. Pour l'enlèvement approprié des déchets, veuillez vous adresser aux points de ramassage publics de votre municipalité. Les détails concernant l'emplacement d'un tel point de ramassage et des éventuelles restrictions de quantité existantes par jour/mois/année, ainsi que sur des frais éventuels de collecte, sont disponibles dans votre municipalité.

Déclaration de conformité

La société PEARL.GmbH déclare ce produit NC-2321 conforme aux directives actuelles suivantes du Parlement Européen : 2004/108/CE, concernant la compatibilité électromagnétique, 2006/95/CE, relative au matériel électrique destiné à être employé dans cer-

taines limites de tension et 2011/65/UE, relative à la limitation de l'utilisation de certaines substances dangereuses dans les équipements électriques et électroniques.

Directeur Service Qualité
Dipl. Ing. (FH) Andreas Kurtasz
21.08.2015

Utilisation

Avant la première utilisation

1. Déballez l'appareil avec précaution et supprimez les matériaux d'emballage.
2. Nettoyez l'appareil selon les indications figurant sous **Nettoyage et entretien**.
3. Assurez-vous que l'appareil est placé sur une surface plane, stable et résistante à la chaleur. Veillez aussi à ce qu'il y ait suffisamment d'espace libre tout autour de l'appareil.
4. Assurez-vous que les tiroirs sont insérés correctement.
5. Commencez par faire fonctionner l'appareil à vide pendant env. 1 heure, pour éliminer d'éventuels résidus de production.

Consignes générales relatives à l'utilisation

- Les fruits et légumes frais sont ceux qui se prêtent le mieux au séchage ; les fruits en conserves ne donnent pas de résultats aussi convaincants.
- Il est recommandé de toujours laver les fruits et légumes avant de les préparer pour le séchage.
- Au moment du découpage, n'oubliez pas qu'une fois séchés, les morceaux seront beaucoup plus petits. Pour cette raison, il est recommandé d'adapter la taille des morceaux de nourriture crue en conséquence et de ne pas couper de morceaux trop petits. Ne coupez les aliments en très petits morceaux que si vous comptez en faire de la poudre instantanée ou de l'assaisonnement en poudre après le séchage.
- Pour permettre une circulation suffisante de l'air, ne recouvrez pas plus de 90% de la surface des tiroirs avec les aliments à sécher. Ne mettez jamais plus d'une couche par tiroir et ne superposez pas les aliments à sécher, sinon le séchage ne sera pas homogène.
- Normalement, le déshydrateur alimentaire peut être utilisé sans problème jusqu'à 40 heures d'affilée. Il faut seulement qu'il soit placé à un endroit sûr. Tenez également compte aux consignes de sécurité.
- Le temps de séchage de vos aliments est soumis à de fortes variations et dépend des facteurs suivants : Type, taille et qualité des aliments ; quantité, manière dont les aliments sont disposés dans les récipients et préférences personnelles. Il peut être utile de noter vos expériences pour améliorer vos résultats par la suite. Notez le type d'aliment, le poids avant et après le séchage, le temps de séchage et les résultats.
- Les aliments séchés vous permettront d'ajouter une touche raffinée à nombre de vos repas. Essayez les recettes présentées dans ce manuel puis essayez de faire vos propres expériences. Découvrez ainsi toutes les possibilités d'ennoblir vos repas avec des aliments séchés.
- Il est recommandé de conserver au réfrigérateur les aliments séchés que vous comptez consommer en l'espace d'un ou deux jours. Lorsque vous congelez des aliments, veillez à utiliser les récipients appropriés.

Principes de base

1. Assurez-vous que le déshydrateur alimentaire est éteint (interrupteur sur la position "OFF") avant de le brancher.
2. Préparez toujours les aliments que vous voulez sécher en suivant les indications figurant dans le présent manuel.
3. Ne superposez pas les aliments et ne surchargez pas les tiroirs.
4. Ne placez qu'une seule couche d'aliments à sécher dans chaque tiroir.
5. Insérez les tiroirs dans le boîtier.
6. Placez le couvercle sur le déshydrateur alimentaire - celui-ci doit rester fermé durant tout le processus de séchage.
7. Allumez le déshydrateur alimentaire (interrupteur sur "ON") ; le voyant de contrôle brille en rouge.
8. Le processus de séchage commence. Le temps de séchage optimal dépend du type d'aliment.
9. Contrôlez l'avancement du séchage avant l'écoulement du temps réglé. Pour cela, retirez quelques morceaux du déshydrateur alimentaire.

ATTENTION !

Comme les aliments chauffent fortement durant le séchage, il y a risque de brûlure !

Si quelques aliments ont déjà fini de sécher, vous pouvez les sortir de l'appareil. Laissez les aliments restants dans l'appareil jusqu'à ce qu'ils soient complétement séchés à leur tour.

10. Lorsque le processus de séchage est terminé, éteignez à nouveau l'appareil (interrupteur sur "OFF" et débranchez-le.
11. Laissez refroidir les aliments puis placez-les dans un récipient adapté et, le cas échéant, congelez-les.

NOTES :

Insérez toujours les 5 tiroirs dans le déshydrateur alimentaire, quel que soit le nombre de tiroirs que vous avez remplis d'aliments. Commencez toujours par remplir les tiroirs du haut et, si nécessaire, laissez vides les tiroirs du bas.

Certaines variétés de fruits et de légumes sont très juteuses. Enlevez le jus en tamponnant ces fruits ou légumes avec de l'essuie-tout pour éviter que celui-ci ne coule dans les tiroirs inférieurs. Autrement, il risquerait d'altérer le goût des autres variétés de fruits ou légumes.

Quels aliments se prêtent au séchage ?

Les aliments que vous voulez sécher doivent être mûrs et ne doivent pas être endommagés. Les fruits et légumes mûrs, présentant le meilleur taux naturel en sucre, se prêtent parfaitement au séchage.

Une fois séchés, les fruits et légumes qui n'étaient pas arrivés à maturité risquent d'avoir un goût fade et amer.

Les légumes doivent être frais et tendres.

Avant le séchage, contrôlez les fruits et légumes pour voir s'ils sont endommagés et enlevez les parties abîmées. La viande, la volaille et le poisson doivent être frais et maigres.

La préparation, le temps de séchage et le mode de stockage influent sur la qualité et le goût des aliments. Si vous suivez les indications du présent mode d'emploi, vous obtiendrez des aliments séchés d'une excellente qualité.

ATTENTION !

Si vous avez l'impression que les aliments commencent à s'avarier, congelez-les pendant 48 heures ou pasteurisez-les en les chauffant pendant quinze minutes à 80°C. Certains aliments perdront de leur saveur, mais c'est l'unique moyen de stopper le processus d'altération des aliments.

La règle suivante est valable pour tous les aliments destinés à être séchés, et plus particulièrement pour la viande et le poisson : plus l'aliment est frais au moment de la préparation, plus les risques d'altération et les pertes inutiles de nutriments sont limités. La propreté lors de la préparation est primordiale.

Préparation et traitement préalable des légumes

Le séchage des légumes nécessite un peu plus de travail de transformation et de stockage que le séchage des fruits. Les légumes contiennent peu d'acide de fruit et de sucre. Certaines variétés de légumes se conservent mieux congelées que séchées. D'autres, comme les pommes de terre, se trouvent tout au long de l'année à des prix abordables. Il est donc inutile d'investir beaucoup de temps dans leur séchage.

Il est donc conseillé de se demander, avant toute chose, si certains aliments valent la peine d'être séchés.

Préparation

Pour le séchage, ne choisissez que des légumes d'excellente qualité. Lavez-les toujours avec soin avant de les sécher, pour éliminer saletés et bactéries. La plupart des légumes doivent être épluchés ou coupés en morceaux.

Traitement préalable

Si vous blanchissez les légumes avant de les sécher, certains enzymes normalement responsables de la perte de saveur des aliments durant le stockage sont désactivés. Pour limiter la perte de goût et de vitamines, il est préférable de blanchir les légumes à la vapeur et non à l'eau. Le blanchiment au four à micro-ondes convient également très bien.

Blanchiment à la vapeur :

Placez les légumes dans le panier vapeur de votre cocotte-minute. Étuvez vos légumes jusqu'à ce qu'ils soient chauffés de part en part, mais sans les cuire. En règle générale, environ deux à trois minutes. Lorsqu'il s'agit de petits morceaux, remuez-les de temps à autre. Une fois blanchis, placez les légumes immédiatement dans les tiroirs du déshydrateur alimentaire.

Blanchiment au four à micro-ondes

Le four à micro-ondes est parfait pour le blanchiment de légumes frais. Préparez les légumes selon les indications ci-dessus. Placez-les dans un plat à four avec couvercle et ajoutez-y un peu d'eau. Cuisez les légumes pendant quelques instants en les remuant bien de temps à autre. Placez ensuite sans tarder les légumes dans les tiroirs du déshydrateur alimentaire.

Les légumes blanchis au four à micro-ondes auront une couleur plus claire que les légumes blanchis à la vapeur.

Indications de préparation pour différentes variétés de légume :

Variété de légume	Préparation et traitement préalable	État après le séchage	Durée du processus de séchage (heures)
Artichauts	Enlever le trognon et les feuilles extérieure dures, couper en quartiers et cuire pendant env. 10 minutes	cassant	8-13
Aubergines	laver, couper les extrémités puis couper en rondelles	cassant	8-18
Chou-fleur	couper les petits bouquets et cuire à la vapeur pendant quatre à cinq minutes	dur	8-16
Haricots (verts)	Couper les extrémités puis couper les haricots en morceaux de la taille désirée, blanchir puis surgeler rapidement pendant 30 à 45 minutes	cassant	8-26
Broccoli	couper les petits bouquets et cuire à la vapeur pendant quatre à cinq minutes	cassant	8-20
Ciboules	enlever les feuilles extérieures et couper en rondelles	craquant /croustillant	8-10
Concombre	laver, couper les extrémités puis couper en rondelles d'un demi-centimètre	dur	8-18
Carottes	laver, éplucher, couper en rondelles de 1 à 1,5 cm, puis cuire à la vapeur pendant quatre à cinq minutes	craquant /croustillant	8-14
Pommes de terre	laver, éplucher puis couper en morceaux de la taille souhaitée et blanchir ; rincer à l'eau froide, sécher en tamponnant ; si vous laissez la peau de la	craquant /croustillant	8-30

	pomme de terre, nettoyez-la bien et enlevez tous les germes et toutes les parties abîmées.		
Ail	séparer les gousses d'ail et les éplucher, puis couper en deux ou en tranches	craquant /croustillant	8-16
Chou-rave	laver, éplucher puis couper en petits morceaux	dur	8-14
Citrouille	enlever la peau et couper en morceaux	cassant	8-18
Poivron	laver et sécher sans couper	dur	8-14
Persil	laver et séparer les tiges	craquant /croustillant	6-10
Piments	laver et enlever les graines, couper en deux, en quatre, en anneaux ou en lanières	craquant /croustillant	8-14
Champignons	Nettoyer en brossant la surface, enlever le pied si nécessaire, utiliser entiers, coupés en deux ou en tranches	dur	8-14
Rhubarbe	laver, éplucher puis couper en morceaux	mou	8-24
Chou de Bruxelles	enlever la tige, laver et couper en deux	craquant /croustillant	8-30
Betterave rouge	laver, éplucher puis couper en morceaux ou en tranches	craquant /croustillant	8-26
Céleri (branches)	laver et séparer les feuilles des branches, couper les branches en morceaux de 1,5 cm et placer les branches dans le déshydrateur alimentaire séparément des feuilles	craquant /croustillant	8-14
Asperge	couper en deux pour séparer les pointes	craquant /croustillant	8-14

	des tiges ; les pointes se prêtent mieux au séchage, mais les tiges peuvent être moulues pour être utilisées comme assaisonnement		
Épinards	laver et cuire à la vapeur	craquant /croustillant	8-16
Tomates	laver et enlever les tiges, plonger dans de l'eau bouillante puis dans de l'eau froide, enlever la peau puis couper la tomate en deux ou en tranches épaisses	dur	8-24
Oignons	couper les extrémités et éplucher, puis couper en anneaux ou en cubes	craquant /croustillant	8-14

Préparation et traitement préalable des fruits

Vous pouvez sécher presque toutes les variétés de fruits à la maison. Certaines variétés nécessitent plus de temps de séchage que d'autres. Certaines variétés de fruit ne peuvent pas être séchées tout au long de l'année. C'est pour cela qu'il est utile de connaître les fruits de saison. Nous vous recommandons de faire vos premiers essais avec ceux-ci.

Préparation

Lavez toujours les fruits avec soin et enlever les parties abîmées ou trop mûres. Si vous estimez que c'est nécessaire, épluchez les fruits. Il est conseillé de couper en deux les fruits de grande taille. Si les fruits sont de tailles trop variées, coupez-les en morceaux de taille à peu près égale pour obtenir un séchage homogène. Les fruits de petite taille, comme les raisins ou les cerises, peuvent être séchés entiers.

Enlevez les noyaux et les parties abîmées des fruits comme les prunes, cerises, abricots, etc.

Épluchez toujours les fruits cirés ou traités avant de les sécher.

Si vous séchez des poires ou des pêches avec leur peau, elles peuvent devenir granuleuses ou "pelucheuses".

La plupart des fruits (ananas, raisins, fraises, prunes, etc.) peuvent être placés dans le déshydrateur alimentaire immédiatement après avoir été préparés. D'autres fruits (pommes, abricots, pêches et poires) brunissent lorsque les parties coupées sont exposées à l'air. Pour ralentir ce processus et prévenir la perte de vitamines, il est conseillé de traiter ces fruits. Si vous voulez sécher ces fruits, vous pouvez prétraiter les parties coupées avec une solution qui les rend conservables. Laissez-les fruits immergés dans la solution jusqu'à ce que vous ayez une quantité suffisante fruits à sécher.

Traitement préalable

Ci-dessous, vous trouverez une énumération de différents procédés de traitement préalable. Il n'est pas indispensable de prétraiter les aliments que vous voulez sécher. Il s'agit simplement d'un procédé qui améliore leur aspect, prolonge leur durée de conservation et peut même augmenter la teneur en nutriments de certains aliments. Essayez simplement les deux (fruits prétraités et fruits naturels) et décidez par vous-même laquelle des deux méthodes est la plus adaptée à vos besoins. Veillez toujours à stocker correctement vos fruits séchés, car la qualité du stockage influe sur la qualité des aliments, qu'ils soient traités ou non.

Sauces à tremper naturelles :

Utilisez du jus d'ananas ou de citron comme alternatives naturelles à d'autres produits pour prévenir un brunissement prématuré des fruits. Laissez tomber les fruits directement dans le jus lorsque vous les coupez. Après environ deux minutes, vous pouvez retirer les fruits du jus et les placer dans les tiroirs du déshydrateur alimentaire. Vous pouvez aussi "tremper" les fruits dans du miel, des épices, du jus d'orange ou de citron vert. Le pudding en poudre ou les éclats de noix de coco peuvent ajouter aux fruits séchés une touche originale. N'hésitez pas à réaliser vos propres idées et créez votre propre sauce à tremper riche en saveur.

Bisulfite de sodium :

N'utilisez que des ingrédients à usage alimentaire. Dissolvez une cuillère à café de bisulfite de sodium dans un quart de litre d'eau. Trempez de petites quantités de fruits pendant environ deux minutes dans cette solution. Cela prévient la perte de vitamine C et permet aux fruits de conserver une couleur claire. Le bisulfite de sodium se trouve dans la plupart des pharmacies et drogueries.

De l'intérieur vers l'extérieur :

il est communément admis quel temps de séchage de fruits coupés en deux, par exemples des abricots, est plus court lorsqu'on retourne les moitiés. En règle générale, cela se vérifie effectivement. Cela permet aussi de réduire la perte de jus, très riche en nutriments. On peut également recouper chaque moitié en deux. Les fruits conservent ainsi une plus grande partie de leur valeur nutritive et une couleur plus claire.

Indications de préparation pour différentes variétés de fruit :

Variété de fruit	Préparation et traitement préalable	État après le séchage	Durée du processus de séchage (heures)
Ananas	Enlever le trognon et l'écorce et couper en petits morceaux ou en tranches	dur	8-16
Ananas, en conserve	Presser pour enlever le jus et couper en petits morceaux ou en tranches	mou	8-36
Pommes	laver, éplucher si vous le souhaitez, couper en petits morceaux ou en tranches, prétraitement recommandé avec un peu de jus de citron pour prévenir le brunisse-ment	mou	8-12
Abricots	laver, couper en deux et enlever le noyau ; si vous le souhaitez, couper en mor-ceaux plus petits	mou	13-28
Bananes	éplucher et couper en ron-delles, prétraitement recom-mandé avec un peu de jus de citron pour prévenir le brunissement	craquant /croustillant	8-38
Poires	laver, éplucher si vous le souhaitez, couper en deux, enlever le trognon et couper en morceaux ou en tranches,	mou	8-30

	prétraitement recommandé avec un peu de jus de citron pour prévenir le brunisse-ment		
Cranberries/ airelles rouges	laver et laisser entières	mou	8-26
Figues	laver et enlever la tige, cou-per en deux ou en quatre, placer avec la partie exté-rieure vers le haut	dur	8-26
Cerises	laver et dénoyauter	mou	8-12
Écorces d'orange	laver et couper en longues lanières	cassant	8-16
Pêches	laver, couper en deux et enlever le noyau ; si vous le souhaitez, couper en mor-ceaux plus petits	mou	8-26
Raisins	laver, enlever les tiges, les laisser en entier	mou	8-26

Noix et noisettes :

Enlevez la coque, rincez les noix à l'eau tiède, puis tamponnez-les pour les essuyer et répartissez-les dans les tiroirs du déshydrateur alimentaire.

En règle générale, il faut environ 20 à 30 heures pour sécher les noix. Laissez les noix dans le déshydrateur alimentaire jusqu'à ce qu'elles deviennent un peu cassantes.

Après le processus de séchage, laissez-les refroidir. Si vous ne consommez pas les noix dans les deux jours, il est conseillé de les congeler pour qu'elles conservent leur fraîcheur.

Herbes aromatiques et fleurs :

Il est conseillé de rincer les herbes aromatiques et les fleurs puis de les essuyer en les tamponnant. Enlevez les parties desséchées et pourries. Il est toutefois conseillé de ne couper les tiges qu'après le séchage. Répartissez les herbes aromatiques ou les fleurs dans les tiroirs du déshydrateur alimentaire.

Les plantes nécessitent un temps de séchage d'environ deux à sept heures, selon le type de plante.

Lorsque le processus de séchage est terminé, laissez refroidir les plantes.

Vous pouvez ensuite séparer les tiges des feuilles. Puis vous pouvez par exemple moudre les bourgeons et les feuilles.

Le moment idéal pour sécher des graines est lorsque leurs enveloppes ont changé de couleur.

Particularités des fleurs :

Pour un résultat de séchage optimal, il est conseillé de cueillir les fleurs un fois que la rosée s'est évaporée et avant que l'humidité du soir ne se soit déposée sur les fleurs. Ne séchez pas de fleurs ayant été traitées avec des produits chimiques.

Lorsque vous séchez des fleurs en même temps que des herbes destinées à la consommation, placez les fleurs dans les récipients du bas et les herbes dans les récipients du haut. Vous éviterez ainsi que le liquide des fleurs ne coule sur les herbes.

Préparation et traitement préalable de la viande et du poisson

Pour le séchage, la viande doit être coupée en tranches très fines. Si vous voulez sécher du tartare, essayez d'en faire une galette très plate afin de garantir un séchage homogène. Ajoutez un peu de sel pour favoriser l'extraction de l'humidité.

Surtout lorsqu'on sèche de la viande, il est essentiel de veiller à la propreté et à la provenance de la viande pour éviter toute contamination bactérienne ou autre. Dans la mesure du possible, il est recommandé d'acheter la viande chez un fermier bio ou un boucher de confiance et de la préparer immédiatement après l'achat. En raison de la présence possible de trichinellas et de vers solitaires, ne séchez en aucun cas de la viande d'animaux se nourrissant eux-mêmes de viande, comme par ex. les porcs et les sangliers. Pour la même raison, c'est-à-dire en raison de l'ajout possible de farines animales à l'alimentation des bœufs et des veaux engraissés de manière traditionnelle, il est également déconseillé de sécher ce type de viande. La viande se prêtant le mieux au séchage est la viande de Galloway (race bovine écossaise) ou d'autres animaux se nourrissant de plantes, recevant de la nourriture naturelle tout au long de l'année et, idéalement, élevés en plein air.

Avant de sécher la viande, vous pouvez l'assaisonner ou la mariner à votre convenance.

Le poisson peut être séché au même titre que la viande ; il est toutefois conseillé de le faire uniquement en bord de mer où l'on peut se procurer du poisson fraîchement péché que l'on peut préparer dans la foulée. Lors du séchage du poisson, il faut faire particulièrement attention à la présence éventuelle d'humidité résiduelle à l'intérieur du poisson ou des filets de poisson, notamment au niveau des arêtes, des cartilages, etc., même lorsque de l'extérieur il paraît sec depuis longtemps.

Préparation

Enlever de la viande toute la graisse visible, la couper en lanières pas trop longues d'env. 0,5-0,8 cm d'épaisseur, la frotter de sel et d'herbes et la laisser mariner une demi-heure avant de la sécher jusqu'à ce qu'elle soit coriace et ait la consistance du cuir. On peut aussi hacher la viande, y mélanger les épices et le sel, former de petites chips plates et la sécher ainsi. La viande hachée n'a pas besoin d'être marinée. Il est toutefois déconseillé d'utiliser de la viande hachée achetée en magasin, car celle-ci s'abîme très rapidement.

La durée de séchage recommandée est de 2 à 8 heures.

Il est recommandé de cuire le poisson à la vapeur ou au four (env. 20 minutes à 200 °C) avant de le sécher.

La durée de séchage recommandée est de 2 à 8 heures.

Stockage des aliments

Emballage

Pour pouvoir se conserver longtemps, les fruits secs doivent être emballés correctement.

Emballez vos fruits séchés dans des sacs de congélation et chassez du sachet le plus d'air possible.

Vous pouvez aussi utiliser des sachets thermo-soudés. Rangez les sachets de fruits secs dans des récipients étanches en métal, en plastique ou en verre. Les aliments séchés rangés en vrac dans des récipients rigides sont exposés à l'air et se conservent moins longtemps.

Si vous emballez vos aliments sous vide, ils se conservent beaucoup plus longtemps. Les machines d'emballage sous vide à usage domestique se trouvent dans les rayons d'articles ménagers de la plupart des magasins.

Stockage

Stockez les aliments séchés, bien emballés, dans un endroit frais et sombre. Plus l'endroit où est stocké le produit est frais, plus longtemps celui-ci conservera ses qualités. En règle générale, on peut dire que tous les huit degrés Celsius en moins, la durée de conservation est multipliée par deux voire par trois. Si vous avez de la place dans votre réfrigérateur ou dans votre congélateur, stockez-y vos aliments séchés. Sinon, choisissez l'endroit le plus frais de votre maison.

La lumière aussi réduit la qualité et la valeur nutritionnelle de vos aliments séchés. Pour cette raison, il est recommandé de stocker les aliments dans un endroit sombre ou dans des récipients opaques.

Conservation

Les fruits ont naturellement une teneur en sucre et en acides élevées. C'est pour cela qu'ils sèchent mieux que les légumes et peuvent aussi être conservés plus longtemps. Bien emballés et stockés à température ambiante ou à une température inférieure à la température ambiante, la plupart des fruits conservent leur qualité et leur valeur nutritive élevées pendant environ un an. Il est conseillé, en revanche, de consommer la plupart des légumes dans les six mois suivant le séchage.

Les fruits et les légumes conservés plus longtemps perdent en saveur et ont une valeur nutritive moindre. Toutefois, tant que leur emballage est intact, ils ne pourriront pas.

Nettoyage et entretien

- Nettoyez le déshydrateur alimentaire et les tiroirs après chaque utilisation.
- Pour le nettoyage du déshydrateur alimentaire, il est recommandé de ne pas utiliser les produits ou ustensiles suivants : solvants, produits abrasifs, nettoyants chimiques, nettoyants contenant de l'alcool, brosses dures ou d'éponges métalliques.
- Débranchez l'appareil et laissez-le refroidir complètement avant de le nettoyer.
- Vous pouvez nettoyer le boîtier et l'intérieur de l'appareil avec un chiffon légèrement humide sur lequel vous avez versé un peu de liquide vaisselle.
- Retirez les tiroirs de l'appareil et nettoyez-les à la main dans de l'eau chaude à laquelle vous avez ajouté un peu de liquide vaisselle ; les parties amovibles ne sont pas lavables au lave-vaisselle. Rinsez ensuite les tiroirs à l'eau claire et essuyez-les avec un chiffon sec et propre.

ATTENTION !

Ne plongez jamais le déshydrateur alimentaire dans l'eau ni dans aucun autre liquide.

Conservez le déshydrateur alimentaire dans un endroit sec et propre.

Caractéristiques techniques

Puissance : 245 W

Tension : 220-230 V, 50 Hz

Suggestions de recettes

Purée de légumes

1 tasse de légumes séchés divers

½ tasse d'eau chaude

¼ tasse de lait

1 cuillère à café de beurre ou d'huile végétale

N'utilisez que des légumes bien séchés et cassants. Mélangez les légumes puis réduisez-les en poudre. Ajoutez l'eau et le lait et laissez la poudre s'en imprégner pendant 15 à 20 secondes.

Mélangez le tout puis ajoutez-y le beurre ou l'huile tout en continuant de remuer.

Pour terminer, salez à votre convenance et réchauffez la purée si vous le souhaitez.

Purée de légumes et de viande

¾ tasse de légumes séchés divers

¼ tasse de viande séchée coupée en morceaux

½ tasse d'eau chaude

¼ tasse de lait

1 cuillère à café de beurre ou d'huile végétale

N'utilisez que des légumes bien séchés et cassants et de la viande bien séchée. Mélangez les légumes avec la viande puis réduisez le tout en poudre. Ajoutez l'eau et le lait et laissez la poudre s'en imprégner pendant 15 à 20 secondes. Mélangez le tout jusqu'à obtention d'une purée. Puis ajoutez le beurre ou l'huile.

Pour terminer, salez à votre convenance et réchauffez la purée si vous le souhaitez.

Purée de fruits divers

1 tasse de fruits séchés divers

½ tasse d'eau chaude

½ tasse de lait

Mélangez les fruits et réduisez-les en poudre. Ajoutez l'eau et le lait et laissez les fruits moulus s'en imprégner. Mélangez le tout jusqu'à obtention d'une purée.

Ajoutez, pour terminer, une à deux cuillères à café de sucre ou de miel selon votre convenance. Versez le tout dans des bols individuels et placez-les dans le réfrigérateur si vous souhaitez consommer la purée froide.

Purée de bananes

1 tasse de bananes séchées

½ tasse d'eau chaude

½ tasse de lait

Concassez les bananes séchées. Ajoutez l'eau et le lait et laissez les bananes s'en imprégner. Mélangez le tout jusqu'à obtention d'une purée.

Pour terminer, ajoutez si vous le désirez une cuillère à café de sucre. Versez le tout dans des bols individuels et placez-les dans le réfrigérateur si vous souhaitez consommer la purée froide.

Soupe au poulet et aux légumes

1 tasse d'eau chaude
1 tasse de bouillon de poulet
1 tasse de tomates cuites à la vapeur
1 tasse de légumes séchés divers
¼ tasse d'oignon séché
¼ tasse de céleri séché
¼ cuillère à café d'ail séché
¼ cuillère à café de persil séché
¼ cuillère à café de basilic séché
¼ cuillère à café d'origan séché
⅛ cuillère à café de sel
⅛ cuillère à café de poivre noir
½ tasse de pâtes aux œufs
¼ tasse de riz cuit
1 cuillère à café d'huile
2 cuillères à café de beurre

Mélanger les légumes séchés dans un bol. Ajoutez l'eau chaude et laissez les légumes s'en imprégner un peu. Pendant ce temps, chauffez légèrement le bouillon de poulet dans un fait-tout de taille moyenne. Coupez les tomates en petits morceaux et versez-les dans le bouillon de poulet. Ajoutez le persil, le basilic, l'origan, le sel et le poivre et mélangez bien. Portez l'eau à ébullition et ajoutez-y les pâtes.

Faites fondre le beurre dans une petite casserole et faites-y revenir les oignons, le céleri et l'ail. Jetez ensuite le beurre fondu et incorporez le reste à la soupe.

Pour terminer, ajoutez les légumes séchés et le riz et laisser bouillir la soupe pendant environ 10 minutes en remuant constamment.

Variantes

Soupe au poulet et aux pommes de terre

Suivez exactement la recette de la soupe au poulet et aux légumes. Remplacez les pâtes et le riz par ¾ de tasse de pommes de terre en cubes.

Soupe à la viande et aux légumes

Remplacez le bouillon de poulet par du bouillon de viande. Pour mettre en valeur le goût de viande, ajoutez aux légumes séchés deux cuillères à café de viande séchée.

Soupe de plantain

Réduisez en poudre ¼ tasse de plantain séché. Préparez la soupe à la viande et aux légumes et ajoutez le plantain moulu en fin de cuisson.

Soupe à la viande et à l'orge

Suivez exactement la recette de la soupe à la viande et aux légumes. Remplacez les pâtes et le riz par ¾ tasse d'orge. Vous pouvez aussi ajouter à la soupe quelques petits morceaux de viande.

Soupe aux haricots

Suivez exactement la recette de la soupe à la viande et aux légumes, en omettant toutefois les pâtes et le riz. Ajouter une tasse de haricots rouges en fin de cuisson.

Pain à l'ail

1 baguette

1 morceau de beurre

3 cuillères à café d'ail séché

2 cuillères à café de persil séché

2 cuillères à café d'huile d'olive

Laissez le beurre ramollir à température ambiante dans un bol pendant 30 à 45 minutes.

Prenez une fourchette et écrasez-le dans le bol.

Réduisez l'ail et le persil en poudre et mélangez-les au beurre. Ajoutez l'huile d'olive et mélangez le tout jusqu'à obtention d'une pommade onctueuse.

Coupez le pain en deux dans le sens de la longueur et tartinez le beurre de manière homogène sur les deux moitiés. Coupez le pain en petits morceaux et placez ceux-ci sur une grille dans le four. Cuisez le pain pendant cinq minutes à 120 °C ou retirez-le lorsqu'il est légèrement doré.

Salade aux herbes

3 tasses de laitue coupée en petit morceaux

3 tasses d'oseille-épinard coupée en petit morceaux

1 tasse de cresson de fontaine haché

½ tasse de carottes coupées

½ tasse d'huile végétale

¼ tasse de vinaigre

½ cuillère à café de sel

½ cuillère à café de poivre noir

¼ cuillère à café de persil séché

¼ cuillère à café d'ail séché

¼ cuillère à café de feuilles de céleri séchées

¼ cuillère à café de feuilles de citronnelle séchées

½ cuillère à café de ciboulette séchée

Mélangez la laitue, l'oseille et le cresson dans un saladier. Mélangez les herbes séchées dans un petit bol et réduisez-les en poudre.

Pour la vinaigrette, versez le vinaigre dans un récipient allongé et ajoutez-y les herbes moulues, le sel et le poivre. Fermez le récipient avec un couvercle et agitez-le jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé. Ajoutez l'huile et agitez à nouveau.

Versez la vinaigrette sur la salade puis garnissez-la avec les carottes coupées.

Dessert au fromage cottage Pina Colada

2 tasses de fromage cottage

3 cuillères à café d'ananas séché

3 cuillères à café de noix de coco séchée

1 cuillère à café de sucre

Mettez le fromage cottage dans un petit récipient. Concassez l'ananas et la noix de coco et versez-les dans le fromage cottage avec le sucre. Mélangez le tout délicatement.

Mélange noix, noisettes et fruits

¼ tasse de raisins séchés (ou de raisins secs séchés au soleil)
¼ tasse de prunes séchées dénoyautées
¼ tasse de papaye séchée
¼ tasse de pêches (ou d'abricots) séché(e)s
⅛ tasse de graines de tournesol
⅛ tasse de noix de cajou grillées
⅛ tasse d'amandes grillées
1 tasse de sucre glace

Mélangez le tout dans un bol et saupoudrez de sucre glace.

Jus de légumes

¼ tasse de tomates séchées
2 cuillères à café de carottes séchées
2 cuillères à café de céleri séché
1 cuillère à café d'oignon séché
¼ cuillère à café de persil séché
2 tasses d'eau chaude
⅛ cuillère à café de sel (à votre convenance)

N'utilisez que des légumes bien séchés et cassants. Mélangez les légumes puis réduisez-les en poudre. Ajoutez une tasse d'eau chaude et laissez les légumes moulus s'en imprégner un peu.

Ajoutez ensuite la seconde tasse d'eau et mélangez le tout jusqu'à obtention d'un liquide. Ajoutez le sel en dernier et mélangez encore une fois.

Si vous voulez consommer le jus froid, vous pouvez le verser dans des verres et le laisser quelque temps au réfrigérateur.

Tisane aux fruits

1 à 1½ tasse de fruits séchés divers

2 à 3 tasses d'eau

Un peu de sucre ou de miel

Versez l'eau dans une petite casserole et laissez-la bouillir pendant environ cinq minutes. Retirez la casserole du feu, incorporez les fruits et mettez le couvercle sur la casserole. Remettez la casserole sur le feu et laissez cuire le tout pendant 15 minutes. Retirez à nouveau la casserole du feu et laisser le contenu décanter un peu.

Tamisez la tisane prête et ajoutez-y pour finir du miel ou du sucre. Vous pouvez aussi consommer la tisane comme thé glacé. Il suffit pour cela de la placer quelque temps au réfrigérateur.

Variante

Tisane aux herbes

Remplacez les fruits séchés par des herbes séchées. N'utilisez toutefois que des herbes à usage alimentaire. Certaines herbes peuvent être toxiques. Informez-vous avec précision sur les herbes avant de les utiliser.

Service clients : 07631 / 360 - 350

PEARL.GmbH | PEARL-Straße 1–3 | D-79426 Buggingen, Allemagne

© REV1 – 21.08.2015 – PM//GH] JaW/LS